



*Istituto di Istruzione Superiore “Leonardo da Vinci”  
Villafranca in Lunigiana*

**PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**LICEO LINGUISTICO**

**A.S. 2024/25**

**CLASSE: III**

**SEZ. A**

**DOCENTE: SCHIEVANO ANNA**

**IN CLASSE**

Attività di socializzazione: il mimo (titoli di film); indovina la canzone

**PARTE PRATICA**

- Test d'ingresso: getto della palla medica; mobilità del busto; salto della funicella; salto in alto da fermi; salto in lungo da fermi
- Giochi tradizionali: palla prigioniera; uno contro tutti; bandiera genovese; 10 passaggi
- Calcio-paddle
- Balli di gruppo e ideazione coreografia
- Hip Hop
- Pallavolo
- Palla Tamburello
- Pallabase
- Badminton
- Tai Chi
- Dodgeball
- Pallamano
- Pallacanestro

La classe ha partecipato al Torneo d'Istituto di Pallavolo.

## **PARTE TEORICA**

La parte teorica è stata svolta in concomitanza con la parte pratica, relativamente a regolamento e tecnica dei vari sport praticati.

Con la presente gli studenti dichiarano di avere preso visione di quanto contenuto in tutte le parti del programma, che essi stessi hanno letto, contribuito a modificare ed integrare.

Pontremoli, 04 giugno 2025

La docente

*Anna Schievano*